Original Article
ISSN (Online): 2582-7472

ShodhKosh: Journal of Visual and Performing Arts
Special Issue on Contemporary Perspectives in Science, Technology, Humanities and Management 7(10s)

INTEGRATION OF RAGA MUSIC AND FOLK MUSIC AND THE USE AND TECHNIQUE OF RAGAS IN MUSIC THERAPY

राग संगीत एवं लोक संगीत का समन्वय एवं संगीत चिकित्सा में रागों का प्रयोग एवं तकनीक

Vijayalakshmi [1], Reshma Kumari [2], Snigdha Mukherjee [3], Anupama Muskan [4], Richa Tripathi [5]

[1] Assistant Professor, Department of Music DGP College for Women, Research Director, Professor, Sangeeta Srivastava DGP College, Kanpur, India
[2] Research Scholar and Research Director, Professor Sangeeta Srivastava, D.G.P.G. College, Kanpur, India
[3] Research Scholar and Research Director, Professor, Sangeeta Srivastava, DGP College, Kanpur, India
[4] Research Scholars and Research Guide. Dr. Mohini Shukla Juhari Devi Girls Pinjin College, Kanpur, India
[5] Research Scholar and Research Director, Dr. Khushboo Juhari Devi Girls' Pinjing College, Kanpur, India

ABSTRACT

English: The roots of Indian classical music are often traced back to songs dating back to around the first century BC. Even before the practical application of music, "Naad" (sound) is the subtle sense of sound and rhythm that organizes the human inner self and animates it. The fundamental elements and energies of the universe determine the behavior and direction of all living beings. The author, "Sharangdev," expresses respect and knowledge for creation here, fundamentally reflecting his deep gratitude and reverence for "Naad Brahma." In Indian classical music, a raga is a specific tonal structure composed of specific notes and various tones that evoke a specific emotion. A specific tonal structure refers to the use of the notes of a raga's thaat within a particular raga, while a specific tonal structure refers to the influence and application of the raga's raganga (rāganga) on a particular raga. In contrast to classical ragas, folk music mostly uses notes from the upper octave. There is no distinction between folk and classical music. Ragadari in music has also proven very useful in the field of music therapy. This research paper will examine the use and significance of ragas in folk songs from various states within the folk singing style of classical music, in the context of folk music. The Thaat system and Ragang system, as the basis of raga in the present times, will be discussed, and the emotions expressed through various bandishes of ragas will be explored. In the context of music therapy, the techniques of music therapy practiced at the Raga Research Centre in Bengaluru, India, will be studied.

Hindi: भारतीय शास्त्रीय संगीत की जड़े प्रायः ईसा पूर्व प्रथम शताब्दी के लगभग गीतों में खोजी जाती हैं। संगीत के व्यावहारिक रूप से भी पहले ष्नादष् ध्वनि और लय की सूक्ष्म अनुभूति है जो मनुष्य के अंतर्मन को व्यवस्थित कर उसे प्राणवान बनाती है। ब्रह्माण्ड के मूलभूत तत्व और ऊर्जा ही समस्त जीवों के व्यवहार और उनकी दिशा को को निर्धारित करते हैं। ग्रंथकार ष्शारंगदेवष् ने यहाँ सृष्टि के प्रति जो सम्मान और ज्ञान प्रकट किया हैए वह मूल रूप से ष्नादब्रह्मष् के प्रति उनकी गहरी कृतज्ञता और ऋद्धा को दर्शाता है भारतीय शास्त्रीय संगीत में राग विशिष्ट स्वरों एवं विभिन्न स्वरों से निर्मित निश्चित स्वर संरचना है जो विशेष भाव उत्पन करती है। विशिष्ट स्वर अर्थात् किसी राग में उस राग के थाट के स्वरों का प्रयोग एवं निश्चित स्वर संरचना से तात्पर्य है किसी राग पर उस राग के रागांग का प्रभाव एवं उपयोग। शास्त्रीय संगीत के रागों की अपेक्षा लोकसंगीत में अधिकतर सप्तक के पूर्वांग के ही स्वरों का प्रयोग मिलता है। लोक और शास्त्र में भेद नहीं है। संगीत में रागदारी संगीत चिकित्सा के क्षेत्र में भी बहुत उपयोगी सिद्ध हुआ है। इस शोध पत्र के माध्यम से लोकसंगीत के संदर्भ में शास्त्रीय संगीत के अन्तर्गत लोक गायन शैली में विभिन्न प्रान्त के लोकगीतों में रागों के प्रयोग तथा उनके महत्व का अध्ययन किया जायेगा। वर्तमान समय में राग के आधार के रूप में थाट पद्धति एव रागांग पद्धति का विवेचन व रागों के

Received 28 February 2026
Accepted 25 April 2026
Published 18 May 2026

Corresponding Author
Vijayalakshmi,
laxmivijay2607@gmail.com

DOI
10.29121/shodhkosh.v7.i10s.2026.7711

Funding: This research received no specific grant from any funding agency in the public, commercial, or not-for-profit sectors.

Copyright: © 2026 The Author(s). This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

With the license CC-BY, authors retain the copyright, allowing anyone to download, reuse, re-print, modify, distribute, and/or copy their contribution. The work must be properly attributed to its author.

OPEN ACCESS

विभिन्न बंदिशों द्वारा भावावलोकन किया जायेगा। संगीत चिकित्सा के संदर्भ में भारत में राग अनुसंधान केन्द्रए बेंगलुरु में किये जाने वाले संगीत चिकित्सा की तकनीकी का अध्ययन किया जाएगा।

Keywords: Folk Music, Folk Songs, Folk Science, Classical Music, Ragas, Thaats, Colours, Raga Characteristics and Bandishes, Music Therapy, Technology, लोकसंगीत, लोकगीत, लोकशास्त्र, शास्त्रीय संगीत, राग, थाट, रांगाग, राग लक्षण, बंदिशए संगीत चिकित्सा, तकनीकी

1. लोकसंगीत के अर्न्तगत लोकगीत गायन शैली में रागों का प्रयोग एवं उनका भावनात्मक अध्ययन

लोकसंगीत के अर्न्तगत लोकगीतों में प्रयुक्त राग, गायन शैली का प्रयोग एवं उनका महत्वपूर्ण गीत में गाते हैं । गीत में गति है और गति में जीवन का चिन्ह यही कारण है कि जीवन और गति की धाराएँ अनादिकाल से चली आ रही हैं। लोकसंगीत किसी वर्ग विशेष का प्रतिनिधित्व नहीं करता अपितु लोकसंगीत तो पूरे राष्ट्र की भारतीय बोली है। लोक संगीत जन-मानस का संगीत है। इसके गायन में कोई भी शास्त्रीय नियम नहीं होता है।

''लोकसंगीत वह स्वाभाविक संगीत है जो जन साधारण के हृदय से बिना किसी कृत्रिम बंधन के स्वतः प्रस्फुटित होता है। ''

भारत के विभिन्न प्रान्तों की प्रादेशिक संस्कृति भौगोलिक स्थिति, बोलचाल व रहन-सहन, रीति-रिवाज, तीज त्यौहार तथा स्थानीय भाषा से जुड़े सभी भाषा से जुड़े रस व भावों को संगीतपूर्ण अभिव्यक्ति लोक संगीत कहलाई।

शारंगदेव के अनुसार: ''जो संगीत गीत वाद्य और नृत्य विभिन्न प्रदेशों के लोगों की रुचि के अनुसार उनके हृदय को आनंदित करे वही देशी संगीत की श्रेणी में आता है। लोक संगीत के अन्तर्गत लोकगीत, लोकवाद्य तथा लोक नृत्य का वर्णन मिलता है।"

लोकसंगीत में रागों का महत्व भारतीय संगीत परम्परा को समझने में अहम भूमिका निभाता है। लोकसंगीत सहज, सरल व स्वाभाविक होता है। लोकसंगीत के अन्तर्गत गायन शैली में रागों की झलक और प्रभाव स्पष्ट रूप से दिखाई देता है। रागों का सबसे बड़ा काम भाव उत्पन्न करना होता है। लोकगीतों में भी जब किसी राग की छाया होती है तो वह गीत अधिक प्रभावशाली और भावपूर्ण बन जाता है। लोक संगीत में कुछ प्रमुख रागों का मिश्रण जो सदैव चित्त को आनंदित करता है। जैसे राग भैरवी का प्रयोग अक्सर विरह, करुण भाव तथा भक्ति भाव वाले गीतों में सबसे ज्यादा प्रयोग होता है। राग भैरवी में ज्यादातर विदाई गीत या भजन देखा जाता है। राग एक निश्चित स्वर व्यवस्था देता है, जिससे लोकगीतों को एक ढांचा मिलता है। लोकसंगीत पूरी तरह शास्त्रीय नियमों का पालन नहीं करता, फिर भी कई धुनें अनजाने में रागों पर आधारित होती हैं। लोकसंगीत पीढ़ी दर पीढ़ी चलती रहती है और रागों के माध्यम से उसमें भारतीय शास्त्रीय संगीत की झलक बनी रहती है। हमारी सांस्कृतिक विरासत को मजबूत करने में लोकसंगीत का बहुत बड़ा योगदान है। शास्त्रीय संगीत का आधार लोक संगीत ही है।

कुमार गन्धर्व ने कहा है:''शास्त्रीय संगीत की उत्पत्ति लोक संगीत से हुई है।''

जब मानव की बुद्धि का विकास भी नहीं हुआ था। मानव तब भी प्रकृति की सुन्दरता देखकर झूमता था। धीरे-धीरे मानव ने अपने भाव को प्रकट करने के लिए वाणी का प्रयोग करना शुरु किया।

आचार्य बृहस्पति ने कहा है:''हमारी वाणी का उतार चढ़ाव के परिणाम स्वरूप संगीत के सात स्वरों और सप्तकों का विकास हुआ। हर राज्य के लोकसंगीत में समानता मिलती है। भाव और भाषा स्पष्ट रूप से सहज और सरल होती है।"

लोकसंगीत में अन्य प्रचलित रागों का मिश्रण भी पाया जाता है जैसे- पीलू, देश, शिवरंजनी, विलावल भूपाली, आजावरी आदि। शास्त्रीय संगीत के अर्न्तगत इसमें दादरा, कहरवा, ऊद्धा, पंजाथी, चाचर (दीपचंदी), खेमटा, रूपक, धमाली आदि तालों का प्रयोग किया जाता है। लोकगीत, ठुमरी और दादरा इसी राग में गाए जाते हैं। राग पीलू यह चंचल प्रधान राग है। इसको मिश्रित राग भी कहते हैं। सावन के गीत में, झूलागीत और चैती गायन में इसका प्रयोग होता है। राग भूपाली यह अत्यन्त ही शान्त और भक्ति के भावों वाला राग है। यह औडव जाति वाला राग किसी भी लोकगीत में जब प्रयुक्त होता है तो मन को भाव विभोर कर देता है। राग देशी लोकसंगीत में भाव, उत्साह और आम जन जीवन से जुड़ा राग है। राग पहाड़ी प्रकृति से जुड़ा हुआ राग है। ये ज्यादातर पहाड़ी क्षेत्रों में गाया जाता है। राग काफी उत्साह और प्रेम से भरा हुआ यह राग होली, फाग और लोक उत्सवों में गाया जाता है। यह चंचल प्रकृति का राग है। राग समाज यह अत्यन्त ही मधुर व लोकप्रिय राग है इसका भाव हास्य और प्रेम है। विवाह और होली जैसे गीतों में इसका प्रयोग होता है।

2. विभिन्न राज्यों से सम्बन्धित लोकगीत और उनमें प्रयुक्त रागों का वर्णन

उत्तरप्रदेश:- उत्तर प्रदेश के लोकगीतों में चैती लोकगीत जो चैत्र महीने में गाया जाता है। यह राग काफी और पीलू में निबद्ध होता है। विरहा गायन शैली राग देशी और भैरवी में गाया जाता है। कजरी लोकगायन राग समाज तथा काफी मे गाया जाता है। सोहर लोकगीत राग समाज तथा भैरवी में गाया जाता है।

उत्तर प्रदेश की विभिन्न पुरस्कारों सम्मान प्राप्त नई विदुषी महिला **प्रो0 कमला श्रीवास्तव** वर्तमान समय में एक अद्भुत उदाहरण है। जिन्होंने लोक और शास्त्रीय संगीत के मिश्रित स्वरूप को जन-जन तक पहुंचाया।

पद्म श्री विद्या विन्दु ने कहा भी है कि लोक ने शास्त्र से लिया है। शास्त्र ने लोक से। ऐसा होता है कि लोग लोक और शास्त्र में द्वन्द मानते हैं लेकिन उनके विपरीत जो दोनों की गायन शैली है वो एक दूसरे से किस तरह समन्वित है। इसका प्रमाण प्रो0 कमला श्रीवास्तव हैं। भारत के होली उत्सव के दौरान, उत्तर प्रदेश में गाया जाने वाला लोकप्रिय होली गीत राग कापी में निबद्ध है। जो लोक और शास्त्रीय के मिश्रण को दर्शाती है।

डॉ0 विद्यानिवास मिश्र के अनुसार: ''लोक संगीत में राग शास्त्रीय बंधनों से मुक्त होकर जनजीवन के अनुरूप ढ़ल जाते हैं।''

दक्षिण भारत: दक्षिण भारत के केचीलम्बू एक प्रकार का लोकसंगीत है जो श्रेष्ठ राग धुनों से युक्त होते हैं।

बंगाल: बंगाल के लोकसंगीत में ग्राम गीतों में रागों की छाप दिखाई देती है। बंगाल के लोकसंगीत में बंगाली टप्पे का मेल है, बाउल प्रभावित रचनाएं रागों जैसे बहार, विहाग, खमाज, देश, भैरवी, छायानट, गौड सांरंग, झिंझिंट, हमीर, यमन, जोगिया और कालिंगड़ा में लिखी जाती है। अगर कीर्तन शैली की बात करे तो रवीन्द्र संगीत में बहार, विहाग, भैरव, विभास, विलावल, कान्हड़ा, काफी और समाज में होती है। रागों के माध्यम से गीत की भावनात्मक और गीतात्मक गहराई को बनाए रखा जाता है।

महाराष्ट्र: महाराष्ट्र के लोकसंगीत में राग-रागिनियां की उप झलक देखने में आती है। पिछड़ी जातियां निर्गुण पद या सबद वाणी गाती हैं। सगुण पदों में स्पष्ट रूप से राग गाए जाते हैं, जो लोकसंगीत में नहीं गिने जा सकते। प्रायः बिहाग, सोरठ, गौड़ सारंग, कालिंगड़ा, आसावरी, भैरवी, आदि राग गाए जाते है। त्योहार अथवा उत्सवों पर स्त्री वर्ण विशेष के लोग इस तरह के गीत खूब गाती है।

राजस्थान: राजस्थान में मांड लोक परम्परा इस बात का उदाहरण है कि कैसे लोक संगीत ने सीधे शास्त्रीय रूपों को प्रभावित किया है। प्रतिष्ठित गीत 'केसरिया बालम आवोणी पधारो म्हारो देश' इस परम्परा का प्रतीक है। यह गीत लोकधुन शास्त्रीय राग मांड में निबद्ध है। लोक सार को बनाये रखते हुए भारतीय शास्त्रीय संत्रीत की संरचित व्याकरण में एकीकृत हुई।

कश्मीर: कश्मीरी लोक संगीत जहाँ विश्व प्रसिद्ध वाद्य संतूर इस क्षेत्र का एक लोक वाघ यंत्र है, ने उपशास्त्रीय रचनाओं के लिए प्रेरणा प्रदान की है, विशेष रूप से राग पहाड़ी के लिए जिसका नाम इसके पर्वतीय मूल से लिया गया है।

कुमाऊँ: कुमाऊँ क्षेत्र में, **'भुर भुरू उज्याऊ हैगो डाण'** जैसी लोकगीत उत्तरी पहाड़ी संगीत में शास्त्रीय रागों के सममिलन को दर्शाते हैं। इसकी स्वरालिपि सा नि सा ग म प ग म ग सा, सा ग म प ग म ग सा राग धानी की धुन संरचना को उजागर करता है।

3. राग का अवलोकन थाट एवं रागांग के परिप्रेक्ष्य से

भारतीय शास्त्रीय संगीत का आधार राग संगीत है। सामान्यतः राग का शाब्दिक अर्थ है रंजन। राग मूलतः संस्कृत भाषा का शब्द है। संगीत में जिस ध्वनि विशेष का प्रयोग होता है तथा जो चित्त को रंजकता प्रदान करती है उस ध्वनि विशेष को राग कहा जाता है, राग की परिभाषा प्रमाणिक रूप से हमें मतंग मुनि के ग्रंथ बृहद्देशी से प्राप्त होता है। यथा :

''सामान्यं च विशेषश्च लक्षणं द्विविधं मतम्
चतुर्विध तु सामान्यं विशेषयचांशकादिकम्
इत्येव रागशब्दस्य व्युत्यत्तिरीभिधीयते
रञ्जनाज्जायते रागो व्युत्पत्ति समुदाहृता"

मतंग ने विशिष्ट स्वरों के प्रयोग, वर्ण एवं षडजादि स्वरों से अलंकृत विशेष ध्वनि को राग कहा है। महाराणा कुम्भा के अनुसार भी भिन्न वर्ण अलंकार युक्त ध्वनि जिसमें ग्रहादि स्वरों का परिवेश हो एवं जो रंजन पूर्ण हो वह राग है। यथा -

''विश्व वर्णालंकारो विशेषो यो ध्वेनरिह
ग्रहादि स्वर संदर्भो रञ्जको राग उच्वते।।"

अतः सप्तक के अंर्तगत विभिन्न स्वरों के प्रयोग एवं विभिन्न स्वरावलियों की भिन्नता द्वारा अनेक रागों की प्राप्ति हुई व भविष्य में अनेकों रागों की रचना की जा सकती है। अर्थात भिन्न स्वर ; शुद्ध एवं विकृत एवं विभिन्न स्वरावलियां जो एक दूसरे से पृथक होती हैं वे सेंकडों रागों का आधार स्तम्भ होतीं हैं। इन्ही रागों को प्राचीन समय से वर्तमान समय तक विभिन्न वर्गो में वर्गीकृत किया गया- जाति वर्गीकरण, ग्राम राग वर्गीकरण, मूर्छना पद्धति, दसविध राग वर्गीकरण, शुद्ध छायालग संकीर्ण वर्गीकरण, मेल वर्गीकरण, राग भेद वर्गीकरण, राग-रागिनी वर्गीकरण व वर्तमान में थाट राग वर्गीकरण व राग-रागांग वर्गीकरण।

पं0 विष्णु नारायण भातखण्डे जी ने गम्भीर एवं गहन अध्ययन के पश्चात् यह निष्कर्ष निकाला कि वर्तमान समय में रागों के स्वरूप एवं संगीत कला जगत में रागों के गायन विधि के अनुरूप जनक मेल और जन्य प्रणाली (थाट राग वर्गीकरण) विधि का प्रयोग अधिक उचित है। थाट का शाब्दिक अर्थ है रूपरेखा। ''सप्तक' के 12 स्वरों में से ही ठाठों की उत्पत्ति होती है। संस्कृत ग्रंथकार ठाठ को 'मेल' कहते हैं।'' 'भातखण्डे' जी का मानना है प्रत्येक राग को गाते समय कभी सब शुद्ध स्वर लेकर व कभी शुद्ध विकृत दोनों तरह के स्वरों को व्यवहरत करते समय हर राग की स्वर विभिनन रचनायें बनेंगी

वही थाट है। ''मेल वर्गीकरण अथवा थाट वर्गीकरण का आधार न केवल दक्षिण बल्कि उत्तर में राग तरांगिनी, राग विबोध, हदय कौतुक और हदय प्रकाश जैसे मुख्य संगीत ग्रंथों में भी प्राप्त होता है।'' दक्षिण भारतीय शास्त्रीय संगीत के महान विद्वान एवं ग्रंथकार पं0 व्यंकटमखी जी ने 12 स्वरों से 72 थाटों की रचना की। इन्हीं 72 थाटों मे से भातखण्डे जी ने उन प्रमुख 10 थाटों का चुनाव किया जिसके अंर्तगत उत्तर भारतीय शास्त्रीय संगीत में प्रचलित रागों का समावेश संभव हो पाए। वह हैं- बिलावल, कल्याण, खमाज, भैरव, पूर्वी, मारवा, काफ़ी, आसावरी भैरवी व तोड़ी।

दूसरी और वर्तमान समय में प्रचलित रागांग राग वर्गीकारण को उपयोग में लाने का श्रेय पं0 नारायण मोरेश्वर खरे जी को जाता है। थाट पद्धति प्रचलन में होने के पश्चात् भी रागांग वर्गीकरण की आवश्यकता इसलिए महसूस हुई क्योंकि कुछ राग एसे रह जाते हैं जो कि 10 थाटों के अंर्तगत उपयुक्त नही समाते एवं कुछ नवीन निर्मित राग एसे बने जो 10 थाट के अंर्तगत नही आते थे। जैसे राग मधुवंती, चंद्रकौश, पटदीप इत्यादि। मधुवंती में गंधार कोमल मध्यम् तीव्र एवं अन्य स्वर शुद्ध प्रयोग होते है ऐसा 10 थाटों में कोई थाट नहीं है। चंद्रकौंश राग में केवल गंधार धैवत स्वर कोमल प्रयुक्त होते है। जो कि 10 थाटों के अंर्तगत नही आता। राग पटदीप में केवल गंधार कोमल प्रयुक्त होता है अतः यह भी किसी थाट के अनुकूल नहीं है। एसे रागों को आधार राग के आधार पर उसी थाट के अंर्तगत रखा तो जा सकता पर राग थाट संगत नही होगा। अतः मधुवंती को तोड़ी थाट में मुल्तानी के आधार पर, चंद्रकौंश को भैरवी थाट में मालकौश के आधार पर एवं पटदीप को काफी के अंर्तगत भीमपलासी के आधार पर रखा जा सकता है। ''अतः नारायण मोरेश्वर खरे जी नए थाटों की उत्पत्ति को उचित ना मानते हुए गायकी अंग से संबंधित राग वर्गीकरण पद्धति के संयोजन का विचार बनाया व रागांग संज्ञा से इस पद्धति का नामकरण कर उसे प्रचलित किया। उन्होंने कहा किसी भी राग का मुख्य आधार विशिष्ट स्वर संदर्भ होता है।'' पं0 नारायण मोरेश्वर खरे द्वारा 26 रागांग के अंर्तगत उत्तर भारतीय शास्त्रीय संगीत में प्रचलित लगभग 121 रागों को वर्गीकृत किया, वह 26 रागांग हैं- 'कल्याण, बिलावल, भैरव, खमाज, काफी पूर्वी, मारवा, तोड़ी, आसावरी, भैरवी, धनाश्री, सारंग, पीलू, ललित, विभास, सोरठ, श्री, नट, बागेश्री, शंकरा, केदार, मल्हार, कान्हड़ा, भूपाली, हिंडोल व आसा।' ''उत्तरार्ध में पं0 बंसतराव राजोपाध्येय ने अपने पुस्तकों द्वारा पं0 मोरश्वर खरे जी के 26 रागांगों में 'बिहाग', कामोद, भटियार, दुर्गा व मालकौश ये पाँच रागांग राग सम्म्लित किए। पं0 बसंत राव जी ने धनाश्री के स्थान पर भीमपलासी रागांग माना।''

अगर सरलता एवं सटीकता को ध्यान में रखते हैं तो थाट पद्धाति उपयुक्त प्रतीत होती है। भातखण्डे जी के अथक प्रयासों द्वारा अनेको रागों को उचित ग्रह व्यवस्था प्राप्त हुई। राग की सौंदर्यता की बात करे तो थाट सुंदरता प्रदान नही करता, थाट रागों को व्यवस्थित करता है। सौंदर्यवृद्धि एवं भाव प्राकट्य हेतु राग को किसी वर्गीकरण की आवश्यकता नही, राग स्वयं में परिपूर्ण है रस निष्पति, भाव अभिव्यक्ति एवं सौदर्यवृद्धि हेतु। जहां थाट प्रणाली समान स्वरों वाले रागों को एक समूह में रखती हैं वही रागांग पद्धति समान स्वरावलियों वाले रागों को एक समूह में रखती है। ''अंग के गठन मे न्यास, गमक, मींड, आन्दोलन, कण, स्थान, चाल, कहन इत्यादि तत्वों का महत्वपूर्ण स्थान है, क्योंकि इन तत्वों के अभाव अथवा प्रयोग से ही एक ही स्वरावली विभिन्न रागांग हो सकती है।'' जैसे राग कल्याण का उदाहरण ले तो थाट पद्धति में यह कल्याण थाट के अंर्तगत आएगा, जिसका मुख्य स्वर पहचान है सभी शुद्ध स्वरों के मध्य तीव्र मध्यम् का प्रयोग। इन्हीं स्वरों में यदि हम गायन वादन करते हैं तो विभिन्न स्वरावलियाँ प्राप्त होगी जो रंजक व भावपूर्ण होंगे। जिस प्रकार किसी नवजात शिशु के गुण हमें शनै-शनै उसके विकास के साथ साथ दिखाई देते हैं उसी प्रकार राग के उद्भव के समय से वह जो यात्रा करके आया है उससे उसकी पहचान विकसित हुई अर्थात उसकी मुख्य स्वरावलियाँ विससित हुई जिसे हम रागांग के रूप में समझते हैं। अतः कल्याण राग भी जब विकसित हुआ उसके कुछ निज स्वर संगतियां बनी जो कल्याण रागांग के रूप में सामने आई , यथा- नि रे सा, नि रे ग--रे स, प रे अथवा प रे सा ,रे ग रे अथवा प रे ग रे सा ,मे प ध प, प सां अथवा प ग प ध प सां हैं। कल्याण के इन्हीं रागांगो के अंर्तगत यमन, भूपाली, शुद्ध कल्याण, केदार, हमीर, कामोद, श्याम कल्याण, छायानट, मार्ग बिहाग, मारू बिहाग आदि राग आते हैं।

बिलावल शुद्ध स्वरों का थाट है। इस राग की मुख्य राग अंग म ग म रे सा अथवा ग प म ग म रे सा व उत्तराग मे- म प ध नि ध नि सां है। सां ध नि प कोमल निषाद युक्त संगति भी बिलावल अंग मानी जाती है। इसके अंर्तगत देशकार, बिहाग,शंकरा, देवागिरी बिलावल, यमनी बिलावल आदि राग आते है। इसी प्रकार कान्हड़ा अंग ''नि प म प ग म रे सा अथवा ग म रे सा'' (कोमल गंधार युक्त) है। इस अंग के अंर्तगत दरबारी कान्हड़ा, अडाना कान्हडा, नायकी कन्हडा, आभोगी कान्हडा, कौसी कान्हड़ा, सूहा, सूघरई, शहाना इत्यादि आते हैं। मल्हार अग म रे प अथवा मरे प माना जाता है। मल्हार अंगों में मेघ मल्हार, मियाँ मल्हार, सूर मल्हार, रामदासी मल्हार इत्यादि आते हैं। सारंग अंग मुख्यतः रे म रे माना जाता है । इसमें वृदावनी सारंग, मदमाद सारंग, सामंत सारंग, मियां की सारंग इत्यादि राग आते है। खमाज राग मे ''ग म ध नि ध म प ध म ग एवं ग म प ध नि ध प म ध म ग '' (कोमल निषाद युक्त) यह रागांग वाचक संगतियां दृष्टव्य होती हैं। पं0 ओंकार नाथ ठाकुर जी ने ग ''म प ध ग म ग , नि ध प ध म ग'' इस प्रकार खमाज रागांग दिखाया। भैरव राग का थाट रूप रे ध स्वर कोमल व अन्य स्वर शुद्ध हैं। रागाग की दृष्टि से ग म रे सा कोमल ऋषभ युक्त इसका मुख्य रागांग स्वर व्यवस्था है। पं0 रामाश्रय झा जी के अनुसार ''ग म प ग म गरे गरे गरे सा व ग म प न निध निध निध नि सां हैं।'' इस प्रकार प्रत्येक राग हेतु थाट एवं रागांग दोनों पद्धतियां महत्वपूर्ण हैं। किन्तु राग स्वयं ही गायन एवं प्रस्तुतिकरण हेतु स्वयं में पूर्ण रूप से परिष्कृत एवं फलीभूत है। विभिन्न रागों की व्यस्थापन हेतु स्वर साम्यता एवं भाव साम्याता के परिप्रेक्ष्य में थाट एवं रागांग उपयुक्त माने जाते हैं।

4. रागों में बंदिशों द्वारा भावावलोकन

प्रत्येक राग का रस एवं भाव उन रागों के स्वभाव अथवा प्रकृति पर निर्भर करती हैं। इसके अतिरिक्त राग में प्रयुक्त स्वर संगतियों के लगाव अथवा कहन एवं अन्य लक्षण जैसे कण, मीण, खटका, गमक, आंदोलन, गति इत्यादि पर भी निर्भर करती हैं। किंतु बदिशें रागों का वो भाग है जो राग के भाव को तुरंत ही उजागर कर देती हैं। एक ही राग के अंर्तगत हमें विभिन्न भाव युक्त बदिशें सीखने व सुनने को मिलती हैं। बंदिश वह रचना है जिसमें शब्द

स्वर और ताल का समन्वय होता है। इस प्रकार राग और बंदिश का संबंध शरीर और आत्मा जैसा है राग आधार है और बंदिश उसकी अभिव्यक्ति। इस संदर्भ में बंदिश का स्थान अत्यन्त महत्वपूर्ण है। ''बंदिश वह माध्यम है जिससे राग का वास्तविक स्वरूप प्रकट होता है।'' बदिशों के माध्यम से रागों का अध्ययन करना अत्यन्त रोचक और ज्ञानवर्धक है। क्योकि प्रत्येक बंदिश राग की आत्मा को अलग अलग दृष्टिकोण से प्रदर्शित करती है। यह न केवल राग की तकनीकी विशेषताओं को प्रकट करती है बल्कि कलाकार को राग की भावना व्यक्त करने की दिशा भी देती है। अलग अलग बंदिशे राग के स्वर संयोजन, पथ और भाव में अंतर दिखाती हैं। उदाहरण के लिये अगर हम राग यमन की बंदिश ''सदा शिव भज मना'' एक भक्ति रस प्रधान बंदिश है। इस बंदिश के माध्यम से राग यमन का ध्यानात्म और भक्ति पूर्ण स्वरूप उभर कर सामने आता है। तथा इसी राग यमन की दूसरी बंदिश को हम उदाहरण में लेते हैं. ''अरे ऐरी आली पिया बिन'' जो कि विरह श्रृंगार रस प्रधान को दर्शाती है। जिसके अन्तर्गत नायिका अपने प्रिय के वियोग में व्याकुल होकर अपनी सखी से अपने मन की पीडा को व्यक्त कर रही है। अतः ऐसी ही अनेकों बंदिश और अन्य उदाहरण के तौर पर हम राग दरबारी कान्हडा की मध्य लय की बंदिश ''मधुआ भर ला दे'' के अंतर्गत गंधार का आंदोलन तथा ''नि प म प ग म रे सा'' कान्हड़ा अंग को प्रदर्शित करता है। ठीक इसी प्रकार दूसरी बंदिश ''जो गुरु कृपा करें'' इस बंदिश में भी राग दरबारी की प्रमुख स्वर संगतियों को स्पष्ट रूप में हम प्रयोग में पाते है। कोमल गंधार- धैवत का स्पष्ट प्रयोग मंद्र तथा मध्य सत्तक में विस्तार इस राग की गंभीरता आदि को भी हम बंदिशों के अलग अलग लय ताल एवं अन्य विशिष्ट स्वर संगतियों आदि रूपों में पाते है। ऐसी ही इस राग की एक बदिश ''घर जाने दे छाँड मोरी बंइयाँ'' के अंतर्गत हमें इस बंदिश के मुखड़े में स्पष्ट रूप से सारंग का प्रयोग किया दिखाई देता है । इसलिए कान्हडो में अकसर सारंग की स्वर संगतियाँ पायी जाती है। इसीलिए इस बंदिश का प्रारंभ सारंग से करके आगे कहीं आदोलित कोमल गंधार का प्रयोग गमरेसा स्वर संगति से अथवा ''निपमपगमरेसा '' स्वर संगति से करके व कोमल धैवत का उचित प्रयोग करके उसका निवारण किया जाता है। यह भी एक राग लक्षण है जो किए हमें बंदिशों के माध्यम से प्राप्त होता है। अतः प्रत्येक बंदिश राग की आत्मा को अलग अलग दृष्टिकोण से प्रदर्शित करती है। यह न केवल राग की तकनीकी विशेषताओं को प्रकट करती है बल्कि कलाकार को राग की भावना व्यक्त करने की दिशा भी देती है। अलग अलग बंदिशे राग के स्वर संयोजन, पथ और भाव में अंतर दिखाती हैं। प्राण (नाद) ब्रह्मांडीय बुद्धिमत्ता का पहला अनुभव है। कर्म (भाषा और क्रिया) द्वारा प्रतिबिंबित होने पर, प्राण व्यक्तित्व प्रदान करता है और व्यक्तिगत मन के रूप में प्रकट होता है। इस प्रकार, व्यक्तिगत मन असीमित ब्रह्मांडीय मन या शुद्ध बुद्धिमत्ता का एक सीमित प्रतिबिंब पाया जाता है। जिस प्रकार प्राण 'अव्यक्त सत्ता' के शाश्वत महासागर की अभिव्यक्ति है, उसी प्रकार मन, कर्म पर बुद्धिमत्ता का ब्रह्मांडीय प्रतिबिंब है। यह दर्शाता है कि मन की उत्पत्ति से पहले सैद्धांतिक रूप से कर्म की शक्ति मौजूद थी। यह हमें इस निष्कर्ष पर ले जाता है कि सृष्टि से पहले भी सृष्टि थी। सृजन और प्रलय का चक्र सत्ता की अनंतता में शाश्वत चक्र है।

भूत को चेतन उपलब्ध करवाने वाले तत्व से संसार के समस्त जड़ पदार्थों और पंचभूतों में चेतना (प्राण) का संचार करने वाली शक्ति 'नाद' ही है। यह वह सर्वव्यापी सत्ता है जो पूरे ब्रह्मांड को जीवन प्रदान करती है और आनंद के असीम पुंज को जन्म देती है। वास्तव में, इस अद्वितीय नाद का मूल ही प्रकृति का मुख्य स्रोत और उसकी गति का आधार है।

संगीत हर मनुष्य के जीवन का एक अनिवार्य हिस्सा है। यह निर्विवाद है कि संगीत मानवीय भावनाओं - चाहे वह खुशी हो, दुख, क्रोध या तनाव को गहराई से प्रभावित करता है। प्राचीन भारतीय शास्त्रीय संगीत की उत्पत्ति लगभग 2000 वर्ष पूर्व हुई थी। यह सात स्वरों पर आधारित है, षडज, ऋषभ, गंधार, मध्यम, पंचम, धैवत, निषाद; जिन्हें पशु-पक्षियों की ध्वनियों से लिया गया है।

इन स्वरों के मेल से "राग" नामक मधुर रचनाएँ बनती हैं। ये राग मन में विभिन्न प्रकार की भावनाएँ जागृत करते हैं, जिनका शरीर पर सकारात्मक प्रभाव पड़ता है। अधिकतम लाभ के लिए अलग-अलग रागों को दिन के विशेष समय के अनुसार गाया या बजाया जाता है। इसी कारण इसका उपयोग "संगीत चिकित्सा" के रूप में बीमारियों के इलाज के लिए किया जाता है।

भारतीय संगीत के इतिहास में ताम्रयुग से ही हमें संगीत चिकित्सा के चिन्ह प्राप्त होते हैं। संगीत में कई ऐसे राग हैं, जो मानव मन, मस्तिष्क और शरीर पर अद्भुत प्रभाव डालते हैं। राग दरबारी हृदय रोगों के लिए, भैरवी अवसाद दूर करने के लिए, पेट के रोगों के लिए राग खमाज, उच्च रक्तचाप के लिए राग तोड़ी और आत्मविश्वास बढ़ाने के लिए राग भूपाली का प्रयोग भारत में प्राचीन समय से किया जा रहा है। संगीत चिकित्सा मानसिक रोगों जैसे अनिद्रा, तनाव, सिरदर्द, अवसाद, नकारात्मकता, डिमेंशिया, स्किज़ोफ्रेनिया तथा मानसिक मंदित बच्चों के इलाज में काफी कारगर सिद्ध होता है। संगीत चिकित्सा में रोगी को वायलिन, सितार, सरोद, बांसुरी, आदि वाद्यों से निकली हुयी संगीत की धुन या राग को प्रत्येक दिन २० मिनट तक सुनाया जाता है। इस प्रकार संगीत कान की झिल्लियों से मस्तिष्क में प्रवेश करके रोगी के सुषुम्ना नाड़ी, स्नायु तथा तंत्रिका तंत्र पर प्रभाव डालता है। स्वरों के माध्यम से मनुष्य के हृदय में विभिन्न प्रकार की रसों की उत्पत्ति होती है जो मनुष्य के आतंरिक भावों को व्यक्त करने में सहायक होती है और इस प्रकार धीरे - धीरे रोगी स्वस्थ हो उठता है। अतः संगीत चिकित्सा के द्वारा मनुष्य पर पड़ने वाले मनोवैज्ञानिक प्रभावों को नकारा नहीं जा सकता।

NIMHANS बेंगलुरु में संगीत चिकित्सा की प्रक्रिया क्लीनिकल अनुसंधान और पुनर्वास पक्ष को ध्यान में रखकर किया जाता है, जिसका उल्लेख निम्नलिखित है -

1) **अनुसंधान आधारित सेटअप**

- music cognition laboratory (neurobiology research centre) में २०११ से संगीत और मस्तिष्क की क्रियाशीलता पर गहन शोध हो रहा है।

- इस लैब में EEG / ERP , fMRI जैसे तंत्रिका विज्ञान उपकरणों द्वारा यह अध्ययन किया जाता है, कि संगीत सुनने या बजाने से मस्तिष्क और संज्ञानात्मक कार्यों में क्या सुधार होता है ?

2) क्लीनिकल अध्ययन और प्रभाव

- रिसर्च प्रोजेक्ट जैसे पार्किंसन रोगियों में रिदम आधारित संज्ञानात्मक सुधार, मूड और भावनात्मक स्थिति पर संगीत का प्रभाव।
- बच्चों में व्यवहार संबंधित समस्याओं पर NIMHANS द्वारा विकसित "music add - on therapy" के अध्ययन में यह दिखाई दिया कि सकारात्मक सामाजिक व्यवहार में वृद्धि हुयी और समस्या व्यवहार में कमी आयी।

3) Psychiatric Rehabilitation Service (PRS) में संगीत

- PRS एक बहुपक्षीय पुनर्वास केंद्र है जहाँ मनोरोगियों को बेकरी, बागबानी, कलात्मक गतिविधियों आदि के साथ संगीत आधारित गतिविधियां भी उपलब्ध कराई जाती है।
- यह OPD / daycare / inpatient सिद्धांत पर कार्य करता है और मनुष्यों की ध्यान, स्मृति व्यवहार, सामाजिक कौशल और कार्यक्षमता को बढ़ाने में मदद करता है।

4) संगीत चिकित्सा की कार्य प्रणाली [अवलोकन और सत्र]

- प्रारंभिक मूल्याङ्कन
  1) मरीज की न्यूरोलॉजिकल/मनोवैज्ञानिक स्थिति ,लक्षण,क्षमताऔर संगीत रूचि को समझा जाता है
  2) जैसे ADHD, autism , TBI या मूड डिसऑर्डर्स शामिल हो सकते हैं।
- संगीत आधारित उपचार
  1) यह मॉडल "add - on therapy " है - उपचार को संज्ञानात्मक व्यवहार, पुनर्वास और आवश्यकता अनुसार दवाओं के साथ संगीत गतिविधियां जोड़ी जाती है।
  2) बच्चों में व्यवहार सुधार के लिए रिदमिक इंटरवेंशन ।
  3) Neurodegenerative रोगियों के लिए रिदम आधारित संज्ञानात्मक अभ्यास ।
  4) सक्रिय भागीदारी - मरीज़ स्वयं वाद्य बजाते/गाते हैं, जिससे संज्ञानात्मक और शारीरिक प्रतिक्रियाएं सक्रीय होती हैं।
  5) निष्क्रिय भागीदारी - कार्यों को करते समय संगीत सुनना जिससे मूड, तनाव और ध्यान में सकारात्मक बदलाव आता है।

परिणाम

1) EEG , फंक्शनल स्कैन, व्यवहार पैरामीटर जैसे ध्यान, स्मृति, आंदोलन तथा ऑक्सीजन संतृप्ति को मापा जाता है।
2) पॉइंट में सुधार होने पर सत्रों को आवृत्ति, संगीत का प्रकार और उपचार समय को अपडेट किया जाता है।

5) क्लीनिकल कोर्स और प्रशिक्षण

1) Clinical psychology, child and adolescent therapy और rehabilitation services जैसे विभागों में प्रशिक्षण के दौरान संगीत सिखाया जाता है।
2) PhD, MPhil scholars संगीत संज्ञान और उपचार आधारित परियोजना पर शोध कर रहे हैं जैसे स्ट्रोक, पार्किंसन, लर्निंग डिसेबिलिटी आदि रोगों पर प्रभाव का अध्ययन।

6) सत्र की रूपरेखा - प्रारंभिक से फॉलो अप तक

चरण	गतिविधि
मूल्यांकन	न्यूरोलॉजिकलए मनोवैज्ञानिकए संज्ञानात्मक और संगीत रुचि आधारित असेसमेंट।
संगीत सत्र	सक्रीय ;गायनध्वाद्यद्ध व निष्क्रिय ;सुननाद्ध उदाहरण के लिए त्।ै ए ज्प्डच्
निगरानी	म्म्ळ ए डित्प् ए संज्ञानात्मक स्केल ;ध्यानए स्मृतिद्धए व्यवहार अवलोकन।
निरंतर मूल्यांकन	सुधार के आधार पर सत्र की अवधि ध्आवृत्ति को बदलनाए सह चिकित्सा ;व्ज् ए ब्ठज् द्ध भी शामिल हैं।
फॉलो अप	व्च्क् पर नियमित या मासिक सत्रए कुछ केस में पदचंजपमदज भी शामिल हो सकते हैं।

5. अनुसंधान - विकसित तकनीकें

1) Music cognition laboratory, neurobiological research centre:

- संगीत सुनने व बजाने से मस्तिष्क में न्यूरोप्लास्टिसिटी, संज्ञानात्मक कार्य में सुधार पर EEG , fMRI अध्ययन।
- प्रोजेक्ट्स: Indian music and rhythm - based cognitive remediation in parkinsons , prayer and music survey

2) Parkinsons research

- न्यूरोलॉजिकल म्यूजिक थेरेपी में शामिल RAS और TIMP तकनीकें, fine motor skill सुधार हेतु उपयोगी।

3) PhD / MPhil अनुसंधान

- TBI, Stroke, learning disability इत्यादि पर संगीत आधारित क्लीनिकल ट्रायल।

1) स्ट्रोक (Stroke) में music - supported therapy (MST)

- NIMHANS में स्ट्रोक rehabilitation के लिए TIMP जैसी तकनीकों के प्रयोग से हाथों की गतिशीलता में सुधार किया गया।
- यह तकनीक थेरेपी में पियानो या वाद्य बजाने का अभ्यास करवाई जाती है - जिसमें मरीज हाथ की सही गति और तालमेल सीखते हैं।
- उदाहरण के लिए, म्यूजिक - सपोर्टेड थेरेपी के एक अध्ययन में हर सप्ताह ३ बार, १ घंटे का सत्र जारी रखा गया - जिसमें मरीजों ने वाद्य बजाकर हाथों की ऊपरी गतिशीलता (finger / arm movement) में प्रगति दिखाई गयी।

परिणामस्वरूप:

- ऊपरी अंग की कार्यक्षमता (grip , coordination , finger - tapping) में सुधार।
- गतिशीलता और समन्वय बेहतर हुआ।
- भावनात्मक स्थिति में सकारात्मक बदलाव देखे गए।

2) NMT तकनीकें और स्ट्रोक में लाभ

NIMHANS में व्यावहारिक रूप से ये निम्नलिखित रणनीतियां अपनायी जाती हैं:

- Rhythmic Auditory Stimulation (RAS): पैदल चलने की ताल सुधारने हेतु।
- Therapeutic Instrumental Music Performance (TIMP): वाद्य बजाकर हाथ की कार्यक्षमता बेहतर करना।
- Musical Attention Control Training (MACT), MIT आदि तकनीकों का उपयोग किया जा सकता है - विशेषकर संज्ञानात्मक और भाषण सुधार हेतु।

केस स्टडी निष्कर्ष

केस	श्रेणी	तकनीक	अवधि	फ़ायदे
छप्डभ्।छै डैज्`	स्ट्रोक ;मोंट्रियल अध्ययनद्ध	ज्प्डच्ए पियानो	३ सप्ताह ;९ सत्रद्ध	मज़बूत पकड़ए बेहतर तालमेलए संज्ञानात्मक सुधार
ग्रासरूट केस	ग्राम स्तर स्ट्रोक पीड़ित	इम्प्रोवाइजेशन कीबोर्डए ताल वाद्य	२ वर्ष	बाएं हाथ की गतिशीलताए संगीतमयी जागरूकता

6. निष्कर्ष

भारत अपनी एकता और विविधता के साथ सांस्कृतिक-धरोहर को समेटे रखता है। संस्कारों से परिपूर्ण लोकगीत भावनात्मक और रचनात्मक का भाव प्रकट करती है। भारत के विभिन्न राज्यों का लोकसंगीत अपने आप में भाव और राग से परिपूर्ण होता है। व शास्त्रीयता से परिपूर्ण राग भी अपने भीतर लोक संगीत व लोकधुनों को परिपोषित करती हैं। रागों के इसी गुण को सहेजने हेतु रागों की वर्गीकरण की आवश्यकता हुई है। जो वर्तमान समय थार राग व रागांग वर्गीकरण द्वारा परिपूर्ण हुई। राजा के बंदिशों द् द्वारा राग के अन्य लक्षण जैसे विशिष्ट स्वर संगतियां, भाव, समय आदि व्यवस्थित रूप में प्रकट होते हैं। विभिन्न प्रकार की बंदिशें एक ही राग के भिन्न स्वरूपों और भाव को उजागर करती हैं जिससे राग की व्यापकता और गहराई है।

REFERENCES

Awasthi, A. P. (2026, February 7). Interview (साक्षात्कार).

Bhatkhande, V. N. (2008). Krimik Pustak Malika Part-2 (कृमिक पुस्तक मालिका भाग-2). Sangeet Karyalaya Hathras Publications, p. 12.
Bhatkhande, V. N. (2012). Krimik Pustak Malika Part-1 (कृमिक पुस्तक मालिका भाग-1). Music Office Hathras Publication, p. 658.
Chaturvedi, R. (n.d.). Unchi Aatriya Rang Bhari (ऊँची अटरिया रंग भरी), p. 4.
Jain, L. V. (1989). Sangeet Darshan (संगीत दर्शन). Granthagaar, p. 46.
Jha, R. (2020). Abhinav Geetanjali (अभिनव गीतांजलि), p. 25.
Matang. (n.d.). Brihaddesi (वृहद्देशी), p. 81, verses 282–283.
Mishra, J. (2019). Ragaanga in Hindustani Music (हिन्दुस्तानी संगीत में रागांग). Kanishka Publications, p. 89.
Mishra, J. (2019). Ragaanga in Hindustani Music (हिन्दुस्तानी संगीत में रागांग), p. 95.
Mishra, J., & Mishra, M. (n.d.). [Title not available], p. 9.
Mishra, V. N. (1986). [संस्करण], p. 510.
NIMHANS.
Padoloski, D. (n.d.). Music for Your Health, p. 83.
Pathak, S. (2016). The Origin and Development of Raga in Hindustani Music (हिन्दुस्तानी संगीत में राग की उत्पत्ति एवं विकास). Radha Publications, p. 3.
Paul, J. (n.d.). Music Therapy (संगीत चिकित्सा), p. 83.
Rajan, R. (1996). Raga-Lakshana in Hindustani Music (हिन्दुस्तानी संगीत में राग-लक्षण). Radha Publications, p. 26.
SATHEE IIT Kanpur. (n.d.). SATHEE. SATHEE IIT Kanpur
Sharangdev. (n.d.). Sangeet Ratnakar (संगीत रत्नाकर) (First chapter).
Sharangdev. (n.d.). Sangeet Ratnakar (संगीत रत्नाकर), pp. 24–25.
Sharangdev. (n.d.). Sangeet Ratnakar Raga Vivek Abhyas (संगीत रत्नाकर राग विवेक अभ्यास). Sangeet Karyalaya Hathras Publications.
Sharma, M. (n.d.). Music Therapy, pp. 129–130.
Sharma, P., & Kumar, S. (n.d.). N.T.A. NET/J.R.F. SET Sangeet (एन.टी.ए. नेट/जे.आर.एफ. सेट संगीत). Arihant Publication India Limited, pp. 56–58.
Sharma, S. (1986). Indian Music – Scientific Analysis (भारतीय संगीत: वैज्ञानिक विश्लेषण). Pratibha Publications, p. 118.
Singh, V. B. (2025, July). Interview (साक्षात्कार).
Singh, V. B. (n.d.). Awadhi Folk Song Heritage (अवधी लोकगीत विरासत).
Snehi, S., & Saraswat, A. (n.d.). Music Manual (संगीत मैनुअल). Arihant Publication, pp. 1–4.
Tagore, R. (n.d.). Geeto Vitan (गीतो वितान).
Thakur, O. N. (1946). Pranab Bharati (प्रणव भारती). Electronic Printers Publication.
Thakur, O. N. (1995). Sangeetanjali Part-1 (संगीतांजलि भाग-1) (12th ed., pp. 20–25).
Upadhyay, K. (n.d.). Awadhi Folklore (अवधी लोकगीत). Sahitya Bhavan, p. 4.
Verma, S. (n.d.). Music Therapy (संगीत चिकित्सा), p. 285.